

CONSULTORIA DE TREINO À DISTÂNCIA

**Você tem um espaço e materiais na sua casa? No seu condomínio?
Quer um treino específico para você?**

**Você gosta de ir à academia? Quer um treino elaborado para você
por um professor com mais experiência que possa acompanhar
suas dúvidas mesmo que remotamente?**

Onde? No local e no horário que você preferir.

**Quando? Nos estabeleceremos metas e buscaremos cumpri-las de uma
forma que caiba na sua agenda.**

Serviços Prestados:

- **Anamnese inicial contendo metas pequenas e grandes, dias e tempo disponíveis para de treino e espaço para treino;**
- **Treino planilhado minuciosamente;**
- **Vídeos e imagens de apoio;**
- **Acompanhamento por whatsapp: solicitação de vídeos de execução, envio de vídeos para correção.**
- **Correção de postura constante;**
- **Acompanhamento de aumento de carga;**



Será um prazer ter você no time da Live to Fit.

**Entre em contato conosco através do
Whatsapp: 19 992040721**

**Live
to Fit**